

Initiation aux mouvements de Brain Gym



Contexte

Le mouvement est essentiel pour tous quelque soit notre état physique. L'intentionnalité des 26 activités Brain Gym renforcent particulièrement tout objectif d'apprentissage. Cette méthode peut aider les éducateurs à soutenir les usagers dans leur pratique professionnelle quotidienne.

Cette formation de sensibilisation permettra aux encadrants de diversifier leurs outils d'aide à la redynamisation, la remobilisation.

Le Brain Gym apporte du mieux être au quotidien, il favorise la communication entre le corps et les fonctions cognitives par des activités motrices simples et ludiques.

Cette activité peut notamment être proposée dans des activités de soutien, de reprise d'atelier...

Objectif général

- ➔ Sensibiliser à la pratique du Brain Gym
- ➔ Découvrir les mouvements et s'approprier la démarche
- ➔ Comprendre le fonctionnement de la personne dans ses 3 dimensions
- ➔ Développer le potentiel des personnes accompagnées en ESAT, IME, SIAE, EA
- ➔ Permettre aux personnes de retrouver confiance, motivation, énergie, autorégulation...

Objectifs opérationnels

- ➔ Comprendre le Brain Gym
- ➔ Se repérer dans les 3 dimensions
- ➔ Maîtriser l'ECAP et l'animer
- ➔ Réfléchir aux moments propices pour le proposer
- ➔ Trouver les mouvements adaptés à chaque situation

Fiche technique

Public visé : Les encadrants des publics accueillis en ESAT, EA, IME, SIAE (MA, ES, ETS, CESF, Chargé de soutien et tout professionnel souhaitant acquérir un nouvel outil de médiation)

Prérequis : être en fonction d'accompagnement

Nombre de participants recommandé : 8 participants minimum et 12 maximum

Durée de la formation : 2 jours (14 heures)

Délais d'accès : Inter : selon l'agenda

Intra : nous contacter pour étudier toute demande

Dates de la formation : 12 et 13 avril 2023

Horaires : 9 h – 17 h

Accessibilité : Accessible PSH – Pour toute demande d'aménagement contacter nous à : formation@icual-bretagne.fr

Lieu de formation : Etablissements et services médico-sociaux

Formatrice : formatrice habilitée par Icuval Bretagne

Coûts pédagogiques et logistiques¹ : 200€/jour par stagiaire + 10€/jour et par stagiaire de frais de déplacement du formateur

¹ Tarif valable jusqu'au 31 décembre 2022

Possibilité de prise en charge par l'OPCO

PROGRAMME DE FORMATION

Contenu

- ➔ Les grands principes du Brain Gym (approche éducative kinesthésique)
- ➔ Mettre l'ECAP sur la journée de formation (Energique, Clair, Actif, Positif)
- ➔ Les concepts de base du programme Brain Gym
- ➔ Mode de repérage et mode automatique
- ➔ Le cerveau dans ses 3 dimensions
- ➔ Le concept des 3 dimensions et de leurs compétences associées :
 - Latéralité : coordination
 - Centrage : équilibre émotionnel
 - Focalisation : choix et positionnement personnel
- ➔ Les mouvements et leur impact dans chaque dimension

Méthodes pédagogiques et évaluations

- Pratique des mouvements
- Mises en situation et observation de l'impact des mouvements dans le contexte des dimensions travaillées
- Expérimentation concrète de notre fonctionnement en mode repérage en mode automatique (sous stress et sans stress)
- Fiches des mouvements et support de formation
- Livre Brain Gym, le mouvement clé de l'apprentissage – Paul et Gail Dennison – Edition Le souffle d'or (à se procurer si possible avant l'entrée en formation)
- Evaluation de satisfaction